

# もりたろうプール 2月 教室予定表

## Inbody測定 &アドバイス

2月は…

**3日, 14日, 23日**

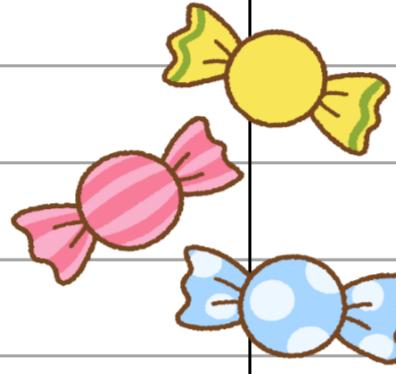
- 体についての脂肪や筋肉量のバランスを測定！
- データは印刷されるのでぜひご活用ください
- 「アドバイスが欲しい！」という方はお気軽にお声がけください♪

### ～2月のイベント～ 子供教室でおかしGET!!

2月はこども教室に参加した方に期間限定スタンプカードを配布いたします。3月末までの期間中に、計4回参加してくれた子にはおかしをプレゼント！スタンプを集めつつ夏へ向けて泳ぎのレベルアップを目指そう！

	月	火	水	木	金	土	日
9:30							
10:00	大人水泳			Body コンディション	はじめての 大人水泳	大人水泳	
10:30				リズムアクア	らくらくウォーキング	アクアボクサ	
11:00	燃焼ウォーキング						
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00		ストレッチ&筋トレ		ピラティスヨガ	はじめての 大人水泳	小学1～2年 水泳	
14:30		水中ウォーキング		リズムアクア		小学3～6年 水泳	中学生 水泳
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00				大人水泳			
18:30	筋トレTIME				基礎ボクサ		
19:00		コアボクサ		ピラティスヨガ	初めての エアロビクス		
19:30							
20:00							
20:30							

休館日



### ～休講のお知らせ～

2月1日～3月31日の間  
火曜日夜の教室は  
お休みとなります

有料プール教室

無料プール教室

有料軽運動教室

無料軽運動教室